



O que é o programa Food Stamp?

O Programa Food Stamp é um auxílio para pessoas de baixa renda ou que não tenham renda para comprar alimentos. Os benefícios do food stamp não são em dinheiro. Os benefícios são enviados em um cartão eletrônico que pode ser usado como um cartão bancário para a compra de alimentos. A maioria dos supermercados aceita o cartão do programa food stamp.

Eu tenho direito a receber os benefícios do programa food stamp?

O que determina se alguém tem direito ou não a receber os benefícios é a renda e o patrimônio da pessoa, como conta de poupança, por exemplo. Alguns itens não contam como patrimônio, a sua casa, por exemplo. Em alguns estados, um carro apenas não é considerado como um patrimônio. Existem regras especiais para idosos e deficientes. O valor do benefício dependerá do número de pessoas da sua família. Consulte o escritório do programa food stamp da sua região para obter mais informações.

Outra forma de obter informações sobre se você tem direito ou não a receber os benefícios do programa food stamp é através do website www.foodstamps-step1.usda.gov. Basta responder às perguntas para você descobrir se tem ou não direito a receber o benefício e para descobrir o valor do benefício. Mas para ter certeza é necessário fazer a solicitação formal.

Como faço a solicitação dos benefícios do programa food stamp?

Para fazer a solicitação:

- Ligue ou compareça ao escritório do programa food stamp da sua região ou faça o download de um formulário de solicitação através do website www.fns.usda.gov/fsp.
- Preencha todos os campos do formulário que puder. Informe o seu nome e endereço e assine o formulário.
- Envie o formulário ao escritório da sua região pela Internet, pelo correio, por fax ou leve o formulário pessoalmente ao escritório.
- Faça a entrevista. A entrevista pode ser feita por telefone ou você pode enviar um amigo ou parente como seu representante.
- Leve documentos comprovantes de salário, aluguel ou pagamentos de financiamento imobiliário, contas de serviços públicos, despesas com crianças ou idosos e ordens do tribunal de pensão alimentícia dos filhos ao escritório da sua região. O seu escritório regional pode lhe informar que documentos e outras informações deve apresentar.

Depois de o seu formulário ser revisto, um funcionário do escritório da sua região lhe dirá se você se qualifica ao benefício e qual será o valor que receberá.

Onde fica o escritório da minha região?

Se precisar de ajuda para encontrar o escritório do food stamp da sua região, ligue para 1-800-221-5689 ou visite o website <http://www.fns.usda.gov/fsp>.

Eu preciso ter um número de seguro social?

Sim, você precisa ter um número de seguro social se deseja receber o benefício deste programa. Não é necessário que todas as pessoas que vivem no seu lar façam parte do programa. As pessoas que não quiserem os benefícios do programa food stamp, não precisam fornecer o seu número de seguro social. Mas precisam fornecer suas informações financeiras.

Eu posso receber os benefícios do programa food stamp se não estiver trabalhando?

Sim, mas se você puder trabalhar, precisa procurar um emprego, aceitar um emprego ou receber treinamento.



Residentes legais que não são cidadãos podem receber os benefícios do programa food stamp?

Talvez. Pergunte ao funcionário do escritório da sua região. Mesmo que você não possa receber os benefícios, os membros da sua família nascidos neste país podem. Receber os benefícios do programa food stamp não prejudicará o seu processo de naturalização.

Onde posso obter mais informações?

Ligue para o escritório do programa food stamp da sua região.

Ligue para 1-800-221-5689.

Visite o website www.fns.usda.gov/fsp.

Como a minha família pode se alimentar melhor?

Você deseja o melhor para a sua família. Você quer que todos estejam bem e que seus filhos cresçam saudáveis para se educarem. Utilizar os benefícios do programa food stamp para comprar alimentos saudáveis para a sua família permitirá que isso aconteça.



Tente utilizar as dicas a seguir para ajudar a sua família a se alimentar melhor e a permanecer saudável.

- Compre verduras e legumes variados...de cor verde-escuro e laranja; vagens e feijões.
- Compre frutas. Escolha frutas frescas, congeladas, enlatadas ou secas.
- Coma, pelo menos, 3 onças de cereais integrais, pão, bolachas, arroz ou macarrão diariamente.
- Escolha carnes magras e laticínios com menos gordura.
- Faça exercícios diariamente.

Para obter mais informações sobre como obter uma alimentação saudável visite o website www.mypyramid.gov.

O Objetivo do Programa Food Stamp é tornar este país mais forte.



Departamento de Agricultura dos Estados Unidos
Serviço de Alimentos e Nutrição
FNS-313
Revisado em março de 2006.

O Departamento de Agricultura dos Estados Unidos (USDA) proíbe a discriminação, neste programa e em suas atividades, com base na raça, cor, origem nacional, sexo, religião, idade, deficiência, preferências políticas, orientação sexual e estado civil dos interessados.

O Objetivo do Programa Food Stamp é tornar este país mais forte.